



Grillkurs Steak & Burger

Menü

Secreto (Das geheime Filet)

Heart Attack Burger - Classik Beef Style

Kleines Steak Tasting

Garnelenburger de luxe

Dry Aged Porterhouse Steak mit gegrilltem Caesars Salad und geräucherten
Kartoffeln

Muffin to go



Beef Burger mit Balsamico Zwiebeln:

Rezept für 10 Burger

Zutaten für die Buns:

500 g Mehl Typ 550

1 Würfel Hefe

200 ml Wasser, lauwarm

4 EL Milch

8 g Salz

35 g Zucker

80 g Weiche Butter

1 Ei

2 EL Milch

2 EL Wasser

Sesam

Zubereitung Buns:

Das warme Wasser, die Milch und den Zucker in eine Schüssel geben. Die Hefe hineinbröseln und 5 Minuten stehen lassen. Nun gibt man das Mehl, Salz, ein Ei und die weiche Butter hinzu und verknetet es zu einem geschmeidigen Teig. Abdecken und eine Stunde an einem warmen Ort (ca. 35°C) gehen lassen. Anschließend die Arbeitsfläche melieren und den Teig in 80 bis 90 g schwere Stücke zupfen. Man nimmt dann die jeweiligen Stücke und rollt sie in den melierten Handinnenflächen zu einer gleichmäßig runden Kugel und presst diese dann auf einem mit Backpapier belegtem Backblech zu einer flachen Scheibe mit 8 bis 9 cm Durchmesser. Nochmals eine Stunde bei 35° C gehen lassen. In der Zwischenzeit ein Ei, 2 EL Wasser und 2 EL Milch verquirlen. Nach dem Gehen die Buns mit der Mischung bestreichen. Zum Schluss etwas Sesam auf die aufstreuen. Bei 200° C Ober- und Unterhitze 16 bis 20 Minuten backen bis sie goldbraun sind.



Zutaten Burger:

10 Burger Buns

10 Rindfleisch Patties je 150 g

20 Scheiben Cheddar Käse

20 Scheiben Bacon

1 Kg Zwiebeln

300 ml Ahornsirup

300 ml Balsamico Essig, dunkel

20 Essiggurkenstreifen

20 Scheiben Tomaten

20 Löffel Mayonnaise

20 Löffel Ketchup

10 Salatblätter (für ´s Gewissen)

Zubereitung:

Die Zwiebeln schälen und in 0,5 cm breite Scheiben schneiden. In der Pfanne mit etwas Öl bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten anbraten. Ggf. die Hitze reduzieren damit sie nicht anbrennen. Anschließend den Ahornsirup und Essig hinzugeben und einkochen lassen. Zwischendrin salzen und pfeffern. Ist die Flüssigkeit reduziert wird die Butter eingerührt und serviert. Den Bacon bei 200 bis 220° C direkter Hitze schön kross grillen. Dabei mehrfach wenden. Anschließen auf einen Teller mit Küchentüchern legen, um überflüssiges Fett aufzunehmen. Ebenfalls bei 200 bis 220°C direkter Hitze ca. 4 Min. von der einen Seite grillen, drehen wenn sich das Fleisch löset und so lange weiter grillen, bis sich klare Flüssigkeit auf dem Fleisch sammelt. Während der letzten Minute die Burger-Buns mit der Schnittfläche nach unter bei direkter Hitze leicht kross grillen. Anschließend jeweils eine Seite mit Mayo und die andere mit Ketchup bestreichen. Alles zusammenbauen und essen.



Querverkostung Beispiel:

Wir kaufen unsere Ware immer frisch ein und nach der aktuell besten Qualität. Von daher können die Fleischteile bei der Verkostung von den im Rezept angegebenen Stücken abweichen.

Das Flat Iron Steak wird auch Schaufelstück, Schildstück, Bugblatt oder Schulterscherzel genannt. Es ist der obere Teil der Schulter des Rindes und wurde früher klassisch als Bratenfleisch verwendet. Dadurch ist es nur was für Profis, da sich eine gemeine Sehne mitten durch das Fleisch zieht. Das Fleisch wird der Länge nach pariert. Somit ist es recht dünn – wie mit dem Bügeleisen (Flat Iron) bearbeitet. Die Sehnen auf der Ober- und Unterseite müssen ebenfalls entfernt werden. Das Fleisch zeichnet sich durch einen hohen Fettanteil aus durch den es einen buttrigen Geschmack bekommt.

Das Teres Major befindet sich in der Schulter des Rindes wird in Deutschland auch Metzgerstück genannt und ist im Laufe der Zeit komplett in Vergessenheit geraten. Der Name des Fleisches entstand, weil der Metzger dieses Stück gerne für sich beansprucht hat. Von der Beschaffenheit ist es am ehesten mit einem Filet zu vergleichen, hat allerdings einen erheblich aromatischeren Geschmack.

Das Roastbeef ist der Klassiker auch dem Grill. Es ist der ein Teil des Rückens von einem Rind und wird in bestimmten Regionen auch als Lanke bezeichnet. Typisch das Roastbeef ist der Fett Rand, den wir vor der Zubereitung entfernen. Der Fett Rand wird nie eingeschnitten. Zum einen, weil sich unter dem fett eine Sehne befindet, durch die man nur sehr schwer durchkommt und dadurch wahrscheinlich das Fleisch bei Schneiden verletzt und zum anderen, weil es bei Zubereiten die Qualität verrät. Verformt sich ein Fleisch bei der Zubereitung so wurde das Tier mit Hormonen behandelt. Geschmacklich ist es eher mild.

Das Flank Steak ist momentan der Shootingstar der Grillszene. Den Muskel findet man im Bauch bzw. Leistenbereich beim Rind. Er ist sehr langfaserig und mager. Der Geschmack ist recht mild und wegen seines geringen Fettanteils besonders bei Frauen beliebt.

Das Onglet ist ein sehr zartes und saftiges Steak mit auffallend vollem, leicht süßlichen Fleischaroma. In den USA als Hanging Tender oder Short Loin bekannt, ist es in Deutschland unter dem sperrigen Namen Nierenzapfen nur echten Kennern ein Begriff. In Frankreich wird es Onglet und in Italien Lombatello genannt. Es vereint das Zarte des Filets mit einem allerdings kräftigen Fleischgeschmack.



Das Onglet sitzt in dem Lendenteil (Stützmuskel) des Zwerchfells. Es sollte nicht mit dem Saumfleisch oder dem Kronfleisch verwechselt werden, welches das Onglet umgibt. Auch wenn der Name Nierenzapfen es suggeriert, es handelt sich um reines Muskelfleisch und hat nichts mit der Niere zu tun.

Das Secreto, auch geheimes Filet genannt, ist ein grobfaseriger, fächerförmiger Muskel, der sich zwischen Rücken und Rückenspeck des Schweins versteckt liegt. Schneidet man den Muskel quer durch, ist der Muskelbereich zwischen der Fettschicht kaum zu erkennen. Setzt man den Schnitt aber längs an, ist der Muskel sofort zu sehen. Daher auch die Bezeichnung geheimes Filet. Die starke Marmorierung des Muskels macht es perfekt für die Zubereitung am Grill oder langsames Garen im Sous-Vide Verfahren. Wenn man es verköstigt, versteht man den Begriff „Buttriger Fleischgeschmack“.

Zubereitung Steaks:

Es ist sehr wichtig das ein Steak, welches man bei einem Metzger kauft, mind. 4 cm Stärke hat. Steaks die dünner sind, werden unter den Grillern nicht ernst genommen und als Carpaccio abgetan. Die Steaks bei ca. 240°C direkter Hitze grillen. (Rautenmuster, 10-16 Uhr und 14-20 Uhr). Anschließend indirekt Garen bei 140°C damit sich das Fleisch entspannen und bei geringer Temperatur garen kann.

Kerntemperaturen:

Englisch: 50 – 55°C

Medium: 58 – 63°C

Medium Plus: (für noch nicht hoffnungslose Fälle): 65°C

Durch/Tot: 68°C –



Garnelenburger

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

1 Kg Garnelen, roh, geputzt
1 Limone, Saft + Abrieb
1 TL rote Curry Paste
1 Chilischote, entkernt und fein gehackt
4 EL Paniermehl
1 Bund Frühlingszwiebeln
½ Salatgurke
4 Eisbergsalatblätter
1 Beet Kresse
100 g Mayonnaise
4 Scheiben Panchetta
4 Burger Buns
2 Knoblauchzehen
50 ml flüssige Butter
10 g Petersilie, gehackt
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Hälfte der Garnelen in einem Mixer fein pürieren. Die restlichen Garnelen in feine Würfel schneiden und mit dem Garnelen-Püree in eine Schüssel geben. Die Chiliwürfel, der Abrieb der Limone und die Curry Paste hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ist die Masse zu feucht wird etwas Paniermehl hinzugegeben. In vier gleichgroße Patty`s formen. Die Mayonnaise mit dem Limone Saft verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Frühlingszwiebeln putzen und das Weiße und hellgrüne davon in feine Scheiben schneiden. Die Gurken ebenfalls in feine Scheiben schneiden. Die geschälten Knoblauchzehen in einem Mixer mit der Butter fein pürieren und anschließend die Petersilie hinzufügen. Den Grill für ein direktes Grillen bei 200 bis 220°C vorbereiten. Die Panchetta-Scheiben von beiden Seiten leicht kross grillen und warmhalten. Die Burger Buns halbieren und die Schnittfläche mit der Knoblauch-Kräuterbutter bestreichen. Die Garnelen-Patty`s bei direkter Hitze ca. 2 Minuten von jeder Seite grillen. Dabei wenden, wenn sie sich von Grillrost lösen. Währenddessen die Buns auf der Schnittseite leicht kross grillen. Zum Anrichten auf die Unterseite der Buns die Limettenmayonnaise streichen. Anschließend die Frühlingszwiebeln, das Salatblatt, den Panchetta, das Patty die Gurken, die Kresse und zum Schluss die Oberseite auflegen.



Dry Aging

Das Trockenreifen – Dry Aging – ist eine Methode wo das Fleisch bei gewisser Temperatur und Luftfeuchte ca. 42 Tage reift. Dabei ist es nicht wie beim Wet Aging in Vakuumpackung gezogen sondern wird ohne „Verpackung“ gelegt oder aufgehängt. Dabei verliert es pro Woche ca. 5% Feuchtigkeit, wodurch sich der Fleischgeschmack intensiviert. Dazu kommt noch das beim Dry Aging die Milchsäurebakterien abgebaut werden und es dadurch nicht so sauer schmeckt wie Wet Aging Fleisch. Durch das Garen am Knochen erhält es seinen charakteristischen Geschmack.

Dry Aged T-Bone Steaks mit gegrilltem Caesar`s Salad und geräucherten Kartoffeln

Rezept für 10 Personen

Zutaten:

2 Kg T-Bone oder Porterhouse Steaks
2 Köpfe Romana Salat
1 Ei
2 Knoblauchzehen
1 TL Sardellenpaste
6-8 Stück Kapern
1 El Dijon Senf
Ca. 600 ml Sonnenblumen- oder Rapsöl
100-150 g Parmesan, gerieben
2 El weißer Balsamico Essig
500 g Kirschtomaten

Zubereitung Caesar`s Salad:

Den Salat putzen, waschen und in Streifen schneiden. Er darf ruhig etwas nasser sein. Die Kirschtomaten vierteln und in den Salat geben. Das Ei in ein hohes Gefäß geben. Die geschälten Knoblauchzehen, Sardellenpaste, Kapern und den Senf dazugeben und mit einem Pürierstab pürieren. Wenn die festen Bestandteile zerkleinert wurden, wird das Öl nach und nach unter ständigem Mixen dazugegeben. Sollte das Dressing zu schnell zu fest sein, weiteres Öl unterrühren. Nun den Parmesan und den Essig hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing mit dem Salat und den Tomaten vermengen. Durch den noch feuchten Salat wird das Dressing noch etwas flüssiger.



Geräucherte Kartoffeln

Rezept für 6 Personen

Zutaten:

35 Drillinge oder neue Kartoffeln

2 Hände voll Räucherchips

Zubereitung:

Die Kartoffeln $\frac{3}{4}$ der normalen Kochzeit vorkochen, sodass die Klinge beim Einstechen mit einem kleinen Messer ohne großen Widerstand in die Kartoffel eindringt. Abschütten und beiseitestellen. Die Räucherchips mindestens 30 Minuten in Wasser einweichen. Den Grill für ein Grillen bei direkter und indirekter Hitze von 180 bis 220°C vorbereiten. Die Hälfte der Räucherchips aus dem Wasser nehmen und in die Glut legen. Die Kartoffeln in die indirekte Zone geben und bei geschlossenem Deckel ca. 20 bis 30 Minuten räuchern lassen. Nach ca. 15 Minuten die restlichen Räucherchips aus dem Wasser nehmen und in die Glut legen.

Bananen Muffins

Für 6 große, oder 12 kleine Muffins

Zutaten:

- 280 g Mehl
- 1 TL Natron
- 1 TL Backpulver
- 3 Bananen, reif!
- 110 g Butter
- 2 Eier
- 200 g Zucker
- 2 EL Milch
- 1 Päckchen Vanillezucker (8 g)



Zubereitung:

Das Mehl, das Natron und das Backpulver in eine Schüssel geben und vermischen. Die Bananen mit der Gabel in einer Schüssel mit der Milch verdrücken. Die Butter, die Eier, der Zucker, der V-Zucker schaumig aufschlagen. Das Bananenmus mit der Mehlmischung verrühren und anschließend die Buttermasse unterheben. Auf die Förmchen verteilen und in dem Vorgeheizten Grill bei 180°C ca. 18-20 Min (kleine Muffins), oder 35 Min (große Muffins) indirekt Grillen.



